

## Medienmitteilung

Kilchberg, 12. September 2019

**Prädikat «selbsthilfefreundlich»: Das Sanatorium Kilchberg erhält, auch dank seiner langjährigen Recovery-Orientierung, als erste psychiatrische Klinik in der Schweiz die Auszeichnung «selbsthilfefreundlich»**

Das **Sanatorium Kilchberg**  
erhält nach erfolgreicher Überprüfung  
die Auszeichnung



WIR SIND  
**SELBSTHILF**FREUNDLICH****

Was in unseren Nachbarländern bereits selbstverständlich ist, wird nun auch in der Schweiz verstärkt: die Zusammenarbeit von Selbsthilfezentren, Betroffenen, Angehörigen und Gesundheitsinstitutionen. Seit 2017 arbeiten Selbsthilfe Schweiz und mehrere Selbsthilfezentren am systematischen Aufbau von Kooperationen mit Gesundheitsinstitutionen. Das Sanatorium Kilchberg übernimmt dabei unter den psychiatrischen Kliniken eine Vorreiterrolle.

Das 2017 neu lancierte Projekt «Selbsthilfefreundliche Gesundheitsinstitutionen» stiess in der Klinik auf grosses Interesse. Ursprünglich noch ohne das Ziel der Auszeichnung, sondern gewachsen aus der Tradition, Patientinnen und Patienten als Behandlungsbestandteil Recovery-Programme und Peer-Begleitungen zu bieten. Im Fachbereich der Psychiatrie steht der Begriff «Recovery» für einen persönlichen Entwicklungsprozess, der zu Hoffnung, mehr Autonomie und grösserer Teilhabe am gesellschaftlichen Leben führen soll. Das Sanatorium Kilchberg hat sich frühzeitig den Leitgedanken der Recovery-Bewegung zu Eigen gemacht und seine Recovery-Orientierung dahingehend verstärkt. Regelmässige Projekte unter Einbezug von Betroffenen und Weiterbildungen sollen Recovery im Alltag stärker verankern und erfahrbar machen.

Peers sind Fachpersonen, die neben der entsprechenden Ausbildung auch über eigene Erfahrungen mit psychischen Erschütterungen verfügen. Das befähigt sie, im partnerschaftlichen Dialog mit den Patienten neue Perspektiven auszuloten. Peers wissen aus eigener Anschauung, wie wichtig es auch in scheinbar ausweglosen Situationen ist, Zuversicht und Optimismus zu bewahren.

Das anfängliche Interesse am Projekt «Selbsthilfefreundliche Gesundheitsinstitution» wurde im Januar 2018 mit der Unterzeichnung einer Kooperationsvereinbarung mitsamt auf Qualitätskriterien abgestimmten Massnahmen in eine verbindliche Zusammenarbeit umgewandelt. Kernelement des Projekts ist jeweils das «Kooperationsdreieck» - die Zusammenarbeit von Vertreterinnen und Vertretern des Selbsthilfezentrums, von Selbsthilfegruppen und Gesundheitsinstitutionen. Die Massnahmen zur Selbsthilfefreundlichkeit werden dabei in einer Resonanzgruppe bestehend aus Mitgliedern von themenrelevanten Selbsthilfegruppen mitgeplant und fortlaufend evaluiert; es werden also auch Optimierungen aus Sicht von Betroffenen und Angehörigen angeregt und aufgenommen.

Auf Patientenseite geht es darum, die gemeinschaftliche Selbsthilfe erlebbar zu machen. Die Methodik der Selbsthilfe entspricht den Zielen der Selbstmanagement-Förderung. Dem Sanatorium Kilchberg dient die Selbsthilfe also nicht nur als ergänzendes Angebot, sondern vor allem auch zur Stärkung der Patientenorientierung: Klinikinterne Gruppenangebote und die Möglichkeit, während des stationären Aufenthalts bereits externe Gruppentreffen zu besuchen, erhöhen die Chance, dass die Unterstützung in einer Gruppe Gleichbetroffener auch nach dem Austritt gesucht wird. So können Selbsthilfegruppen zu einem Bestandteil des Behandlungspfades werden. Selbsthilfegruppen sind also ein wertvoller Bestandteil der Nachsorge nach dem Klinikaustritt.

Das Projekt «Selbsthilfefreundliche Gesundheitsinstitution» dient dabei als Unterstützung bei der Information von Patientinnen und Patienten sowie Angehörigen über die gemeinschaftliche Selbsthilfe.

Für das Sanatorium Kilchberg ein Grund zur Freude, aber kein Grund auszuruhen, sondern Motivation für alle Beteiligten die Selbsthilfefreundlichkeit zum Wohle der Patientinnen und Patienten und deren Angehörigen weiterzuentwickeln.

---

Weitere Auskünfte erteilt:

Jacqueline Baumann, Marketing & Kommunikation, Sanatorium Kilchberg  
Tel. 044 716 42 22, Email: [j.baumann@sanatorium-kilchberg.ch](mailto:j.baumann@sanatorium-kilchberg.ch)